

DALLE DONNE PER LE DONNE

Sostenibilità al femminile:
insieme per una bellezza responsabile e inclusiva



Onda della salute

FONDAZIONE
onda
ETS

CHI SIAMO

Agorà: il paziente al centro

In Agorà lavoriamo con un obiettivo preciso: prenderci cura delle persone attraverso una Medicina Estetica etica, sicura e sostenibile. La nostra missione è mettere il paziente al centro, promuovendo una visione della medicina che coniuga innovazione scientifica ed empatia.

Da oltre 40 anni, Agorà – Società Italiana di Medicina ad Indirizzo Estetico - è il punto di riferimento per lo sviluppo e la formazione della Medicina Estetica in Italia e nel mondo. La nostra storia nasce dalla passione per la scienza e dalla volontà di formare i migliori professionisti in grado di offrire trattamenti efficaci e rispettosi del benessere globale del paziente.

La S.M.I.E.M. (Scuola Superiore Postuniversitaria di Medicina ad Indirizzo Estetico di Milano), fondata nel 1986 e dal 1996 parte integrante di Agorà, è il cuore pulsante della nostra missione educativa. Qui formiamo medici che condividono i nostri ideali: competenza, etica e attenzione alla persona.

Ma non ci fermiamo all'insegnamento. Dal 1998 organizziamo il Congresso Internazionale di Medicina Estetica, un evento di rilevanza mondiale che ogni anno riunisce specialisti di diverse discipline per uno scambio costante di conoscenze e innovazioni scientifiche.

Con Agorà, la Medicina Estetica diventa anche un atto di cura verso l'ambiente e la società, promuovendo una sostenibilità che parte dal femminile e si rivolge a tutti. Perché crediamo che la bellezza non sia solo estetica, ma un equilibrio tra corpo, mente e anima.

www.societamedicinaestetica.it

FONDAZIONE ONDA ETS:

DA 20 ANNI ATTENTI ALLA SALUTE GENERE-SPECIFICA

Dal 2005 è l'Osservatorio nazionale sulla salute della donna e di genere nato per promuovere un approccio alla salute orientato al genere, con particolare attenzione a quello femminile. Gli uomini e le donne, infatti, pur essendo soggetti alle medesime patologie, presentano sintomi, progressione delle malattie e risposta ai trattamenti molto diversi tra loro: da qui la necessità di adottare un approccio orientato al genere in tutte le aree mediche. Un modello innovativo nato per veicolare la corretta informazione sui temi della prevenzione primaria, la diagnosi precoce e l'aderenza terapeutica.

L'obiettivo di Fondazione Onda ETS è promuovere una cultura della salute di genere a livello istituzionale, sanitario-assistenziale, scientifico-accademico e sociale per garantire a tutti i pazienti il diritto alla salute secondo principi di equità e pari opportunità.

www.fondazioneonda.it



INDICE

Da dove partiamo?

1

La bellezza può (e deve) essere sostenibile

BOX La medicina estetica in rosa: numeri, tendenze e fattori di crescita

2

La forza della femminilità

3

L'unicità vale più della perfezione ritoccata

BOX Armonia esteriore, serenità interiore: la medicina estetica consapevole

4

Ti fidi della sfida?

5

In due è meglio: il valore della condivisione

BOX Consenso informato: trasparenza e sicurezza

BOX Tracciabilità: una tutela per medico e paziente

Da dove partiamo?

La medicina estetica si basa su una medicina affidabile, reversibile, non invasiva e in grado di migliorare la qualità di vita dei pazienti dal punto di vista psico-fisico. Oggi la sua popolarità l'ha resa sempre più accessibile. Ma proprio questa diffusione comporta rischi legati a trattamenti non sicuri o poco trasparenti. Con questo opuscolo Agorà, società scientifica di medicina estetica, insieme a Fondazione Onda ETS, da vent'anni impegnata nella tutela e promozione della salute femminile e di genere, vogliono offrire uno strumento per aiutare le donne a fare scelte informate e consapevoli. Solo attraverso una comprensione approfondita delle possibilità, dei rischi e dei risultati realizzabili, è possibile compiere una scelta realmente consapevole, che rispetti i desideri e le necessità individuali.

La sostenibilità nella medicina estetica non riguarda solo l'ambiente, ma anche la **sicurezza e la qualità delle cure. I professionisti del settore hanno la responsabilità di aggiornarsi costantemente**, seguendo le innovazioni scientifiche e le migliori pratiche. Questo impegno continuo è essenziale per garantire procedure sicure, risultati efficaci e il rispetto delle aspettative dei pazienti.

In questa direzione vanno i suggerimenti di una classe medico estetica che evita di eccedere con i trattamenti, concentrandosi sulla personalizzazione. **Un approccio sostenibile si basa su interventi equilibrati e ponderati, che rispettano i limiti biologici e fisiologici del corpo**, evitando di spingere verso richieste eccessive che potrebbero compromettere la salute. La filosofia dei medici Agorà è offrire risultati naturali e armoniosi, senza stravolgere le caratteristiche del paziente.

La chiave per gestire le aspettative diverse tra medico e paziente è una **comunicazione trasparente, supportata da educazione continua, empatia e, quando necessario, la capacità di dire “no” in modo professionale e rispettoso**. L'obiettivo è sempre raggiungere un equilibrio tra i desideri del paziente e ciò che è possibile e sicuro realizzare, garantendo un'esperienza positiva per entrambe le parti.

Nel campo medico estetico la lotta per le pari opportunità è invertita, dato che la gran parte dei trattamenti nel mondo è appannaggio delle donne. Ma quella che può sembrare una conquista cela delle insidie, **facendo diventare la bellezza una ossessione e la cura una compulsione**. Tutto a danno dell'autenticità e serenità. Solo attraverso un approccio sostenibile, etico e rispettoso delle esigenze individuali, possiamo garantire che la bellezza resti una fonte di gioia e serenità, non una trappola psicologica.

La bellezza non ha un'unica forma. **Il ruolo del medico estetico è aiutare i pazienti a esprimere la propria versione migliore, nel massimo rispetto della propria identità**.



1.

La bellezza può (e deve) essere sostenibile

«Nessuno può farti sentire
inferiore senza il tuo consenso»

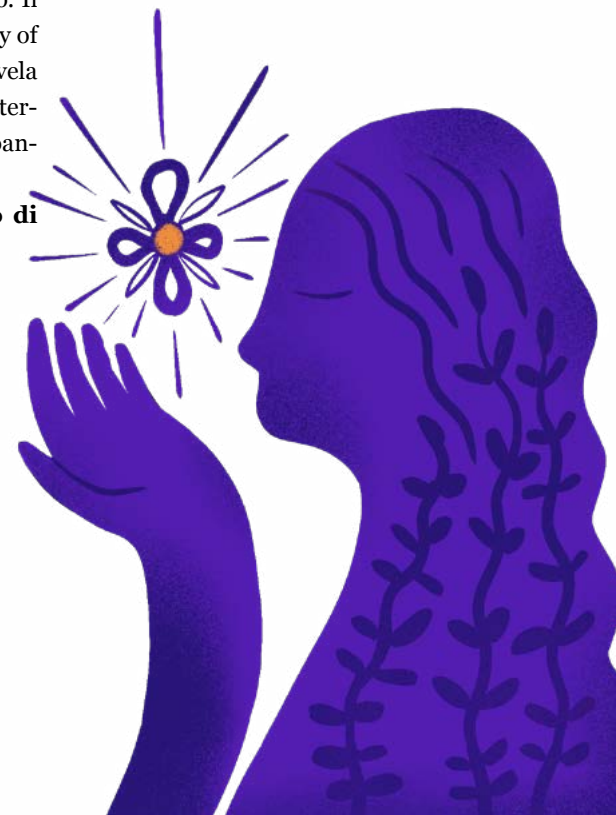
Eleanor Roosevelt

Agorà e Fondazione Onda ETS inviano un messaggio potente a tutte le donne: **“la bellezza può e deve essere sostenibile”**. Perché non è solo ciò che vediamo all'esterno, ma è anche il risultato delle scelte etiche e sostenibili che facciamo ogni giorno.

Una delle sfide principali nel settore della medicina estetica è la **lotta alla disinformazione**. Questo può portare a scelte sbagliate, influenzate da pubblicità ingannevoli o da tendenze momentanee. Affinché si facciano scelte consapevoli, le informazioni devono essere chiare per tutti, anche se, nel mondo dell'estetica medica, lo squilibrio della parità di genere è pressoché ribaltato. Il report 2023 dell'International Society of Aesthetic Plastic Surgery (ISAPS) rivela che l'85,7% del numero totale di interventi estetici (chirurgici e non) è appannaggio delle donne.

Per questo il **Comitato Esecutivo di**

Agorà ha messo a punto dei criteri di **eticità e trasparenza con cui deve lavorare il medico estetico**. Un **vademecum che fornisce altresì informazioni chiare basate su evidenze scientifiche, affinché i pazienti possano prendere decisioni informate e consapevoli**. Solo attraverso la corretta informazione e il dialogo è possibile costruire un futuro in cui in cui la bellezza e la salute siano in armonia con il rispetto per l'ambiente e le esigenze delle donne.



La medicina estetica in rosa: numeri, tendenze e fattori di crescita

Negli ultimi anni, la medicina estetica ha visto una trasformazione significativa, con un numero sempre maggiore di donne che scelgono di intraprendere questa professione, sia a livello globale che nazionale. Sebbene la distribuzione tra medici uomini e donne vari a seconda del contesto culturale e geografico, c'è un chiaro trend verso un protagonismo femminile sempre più marcato.

- **Medicina estetica nel mondo:** uno sguardo alla distribuzione di genere. A livello internazionale, la medicina estetica è stata tradizionalmente dominata dagli uomini. Tuttavia, i dati più recenti mostrano un'evoluzione importante. Secondo la International Society of Aesthetic Plastic Surgery (ISAPS), la presenza femminile sta crescendo rapidamente, soprattutto tra le nuove generazioni di professionisti.

- **Stati Uniti.** Negli USA, il cambiamento è evidente. L'American Society of Plastic Surgeons (ASPS) rileva che, nel 2020, circa il 40% dei chirurghi plastici in formazione erano donne, un dato che segna una svolta rispetto al passato.

- **Europa.** Anche in Europa si assiste a un incremento delle donne nella

medicina estetica. Paesi come il Regno Unito e la Francia stanno registrando una maggiore partecipazione femminile, mentre in Asia e in alcune aree dell'America Latina gli uomini continuano a essere predominanti.

- **Tendenza globale.** Nonostante gli uomini siano ancora in maggioranza, il divario si sta riducendo rapidamente grazie alla crescente presenza femminile.

- **Italia:** una leadership femminile sempre più forte. Nel nostro Paese la crescita delle donne nella medicina estetica è ancora più marcata. Negli ultimi 10 anni, il numero di medici donne è aumentato a un ritmo nettamente superiore rispetto a quello degli uomini.

Per capire meglio il fenomeno, è importante riflettere su alcuni dati della scuola Agorà di Milano che dal 1986 forma i nuovi Medici Estetici.

- **Anno formativo 2015-2016:** per ogni uomo che entrava nel settore, c'erano circa 2 donne (37 donne contro 20 uomini).

- **Anno formativo 2024-2025:** la propor-

zione è salita a circa 2,4 donne per ogni uomo (86 donne contro 36 uomini).

Vale a dire che, mentre la presenza maschile è cresciuta quasi del 100%, quella femminile è aumentata del 165%. In altre parole, il ritmo di crescita delle donne è stato 1,65 volte superiore rispetto a quello degli uomini.

Come spiegarlo? Concorrono diversi fattori.

- **Equilibrio tra vita privata e lavoro.** La medicina estetica offre flessibilità e opportunità imprenditoriali, permettendo alle donne di bilanciare meglio la carriera con la vita personale. Molte professioniste scelgono di aprire cliniche proprie, gestendo autonomamente il proprio tempo.

- **Empowerment e autocura.** Questo settore non si limita a migliorare l'aspetto fisico, ma è percepito come uno strumento per accrescere la fiducia in sé stessi e il benessere generale. Donne professioniste trovano gratificante contribuire all'empowerment delle proprie pazienti.

- **Fattori culturali e sociali.** L'accesso crescente all'istruzione, le politiche di supporto alle donne e una maggiore

visibilità femminile nei ruoli professionali stanno favorendo un cambiamento profondo. Inoltre, la domanda di trattamenti estetici da parte delle donne ha portato molte professioniste a identificarsi con i bisogni delle pazienti.

La crescente presenza femminile nel settore sta anche promuovendo un approccio più etico e sostenibile: una medicina estetica che mette al centro il benessere globale della persona, incoraggiando scelte consapevoli e informate. **La sostenibilità in questo ambito** significa **trasparenza, rispetto** per i pazienti e **un'attenzione** particolare ai **valori umani**.

La medicina estetica al femminile non è solo una tendenza: è **una necessità per rispondere a un mondo che cambia**, valorizzando il corpo, il benessere e la consapevolezza di ogni donna.



2.

La forza della femminilità

«Non si nasce donna: lo si diventa»

Simone de Beauvoir

L'identità femminile non è (solo) un dato biologico ma una costruzione culturale e sociale. **Significa attraversare un processo di apprendimento**, adattamento e, spesso, di lotta contro stereotipi e aspettative imposte dalla società. È un invito a riflettere sulla libertà per esprimersi autenticamente.

Le espressioni “sostenibilità al femminile” e “sostenibilità femminile” sono assimilabili? Non proprio, dato che presentano differenze concettuali che portano ad approcci diversi. La “**sostenibilità al femminile**” si riferisce a un **approccio alla sostenibilità che incorpora la prospettiva e l'esperienza delle donne**. La “sostenibilità femminile”, invece, si concentra sulle donne come beneficiarie delle iniziative di sostenibilità, cercando di migliorare la loro qualità della vita e ridurre le disuguaglianze che le colpiscono.

La combinazione di sostenibilità al femminile ed empowerment nella medicina estetica rappresenta un approccio innovativo e consapevole, che mira a promuovere **una visione della bellezza e del benessere più inclusiva, etica e rispettosa delle esigenze e delle sensibilità dei pazienti**. In questo contesto, la medicina estetica non è solo uno strumento per migliorare l'aspetto fisico, ma diventa un mezzo di **espressione personale e cura di sé**. **La Medicina Estetica offre un programma di medicina sociale, preventiva, curativa e riabilitativa a**

beneficio dell'individuo e della collettività. Una branca in continua evoluzione, che si adatta alle diverse tendenze ed esigenze dei pazienti, ma che richiede una solida aderenza ai principi etici che garantiscono sicurezza e professionalità. Per il medico ciò significa un impegno costante: **una formazione continua e completa, anche in ambito di etica biomedica, un'applicazione delle best practice suggerite dalle Società Scientifiche di riferimento e nell'uso di device di qualità legalmente disponibili sottoposti a una vasta sperimentazione in vivo**. Il paziente, invece, può tutelare la propria salute, facendo scelte sempre più attente e consapevoli. In primo luogo, è fondamentale rivolgersi solo a medici formati e qualificati, prima di ogni intervento di tipo medico estetico. La scelta va fatta tra i medici che hanno completato una Scuola quadriennale come quelle riconosciute da EFAMS – European Federation Aesthetic Medicine School. Risulta imprescindibile, pertanto, prima di firmare il consenso informato, richiedere sempre informazioni e chiarimenti con indicazioni dettagliate sulla tracciabilità dei prodotti utilizzati (a questo abbiamo dedicato due approfondimenti con suggerimenti pratici). È importante, altresì, che queste raccomandazioni siano condivise da tutta la comunità scientifica e trasmesse come valori fondamentali. **Diffondere consapevolezza e corretta informazione è un valore sociale**.



3.

L'unicità vale più della perfezione ritoccata

«La bellezza inizia nel momento in cui decidi di essere te stessa»

(Gabrielle Chanel)

Con l'obiettivo di essere sempre più vicini ai pazienti, i membri del Comitato Esecutivo di Agorà suggeriscono dieci criteri (più uno) per approcciarsi a medici e trattamenti in modo corretto e sicuro. Un'operazione di trasparenza, coerente con il modo in cui Agorà concepisce questo settore della medicina, combinando **bellezza e benessere psicofisico, sicurezza e senso di responsabilità, ricerca scientifica e aggiornamento continuo che da 40 anni sono il suo impegno quotidiano.**

1) **Fare una scelta intelligente.** Non credere a notizie casuali, post social e articoli di propaganda. Rivolgiti a medici qualificati ed esperti, che abbiano seguito una formazione di quattro anni in medicina estetica presso una scuola autorizzata dal Ministero della Salute.

2) **Diffidare dalle lusinghe.** Dei "maghi del ritocchino" che offrono troppo e acconsentono senza dare la loro opinione. Di chi non fa una visita preliminare e strumentale adeguata, senza formulare una diagnosi e prescrivere un programma terapeutico per correggere gli inestetismi, mantenere i risultati, ma anche prevenire le cause.

3) **Ascoltare chi sa dire di no.** La medicina estetica è una disciplina medica, quindi il risultato non è scontato

e le risposte ai trattamenti sono individuali e risentono di numerose variabili.

4) **Chiedere spiegazioni:** prima di sottoporsi a qualsiasi tipo di trattamento, è bene informarsi su metodologia, modalità di esecuzione e possibili controindicazioni o reazioni avverse.

5) **Valutare le alternative con il medico estetico.** Se si hanno dubbi, è bene scegliere la soluzione più "dolce", tali saranno anche le possibili complicanze.

6) **Leggere il consenso informato:** per qualunque tipo di terapia chiarendo eventuali dubbi con il medico.

7) **Pretendere la documentazione.** Il medico deve rilasciare copia della cartella clinica con il dettaglio delle terapie effettuate, dei farmaci e medical device utilizzati, avendo cura di conservarlo per futuri interventi.

8) **Fidarsi del medico eticamente corretto.** Oltre a titoli ed esperienza, valutare senso di responsabilità e onestà intellettuale del professionista fidandosi di chi offre la più completa disponibilità a farsi rintracciare in caso di reazioni impreviste.

9) **Occhio al prezzo.** Sconti eccessivi possono nascondere dei rischi per la

sicurezza, la qualità e l'affidabilità del trattamento. Un prezzo bassissimo può indicare un sottoprodotto inefficace o illecito.

10) **Niente trucchi, niente inganni:** è fondamentale non farsi sviare dal perfezionismo o dall'omologazione con immagini false e ritoccate, spesso sui social. Siano solo le foto a essere "rifatte". La tua unicità vale di più.

11) **Iniziare da subito.** Pensa come vuoi essere tra dieci anni, facendo un programma preventivo con il medico estetico, partendo da uno stile di vita sano. Proteggi il tuo capitale di bellezza e la tua serenità.



Armonia esteriore, serenità interiore: la medicina estetica consapevole

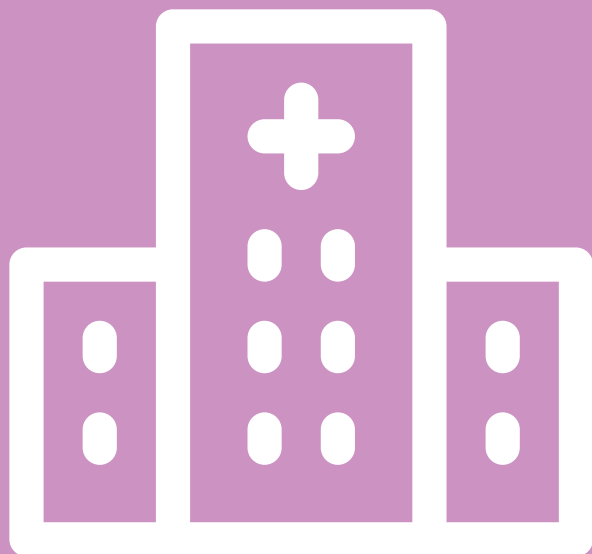
La medicina estetica se utilizzata con consapevolezza ed equilibrio, può rappresentare anche attraverso meccanismi biologici che coinvolgono il sistema nervoso, ormonale e i neurotrasmettitori, uno strumento migliorativo del benessere emotivo e dell'autostima.

I trattamenti estetici, migliorando l'aspetto fisico possono riverberare positivamente sull'emotività favorendo il miglioramento dell'umore, della fiducia in sé e della motivazione.

È tuttavia importante che questi trattamenti siano gestiti in maniera corretta ed equilibrata considerando le aspettative della persona ed evitando i rischi di una insoddisfazione cronica o i disturbi dell'immagine corporea (dismorfia). Un approccio integrato da un accompagnamento psicologico è una delle chiavi per un benessere duraturo al fine di evitare che il miglioramento estetico diventi una soluzione superficiale di un malessere più profondo.

La medicina estetica, in costante aumento anche tra gli uomini, può migliorare la qualità di vita delle persone. Tra gli effetti positivi di alcuni trattamenti vi sono quelli riguardanti la salute mentale che possono contribuire a una riduzione dei sintomi depressivi e ansiogeni anche attraverso i meccanismi dell'autostima e dell'auto percezione, riducendo inestetismi legati all'invecchiamento.

Un esempio di possibile riduzione dei sentimenti di tristezza o di ansia è stato provato nell'utilizzo del botox facciale che riducendo la capacità di espressione di emozioni attraverso i muscoli del volto, può contribuire a un miglioramento del tono dell'umore (teoria del feedback facciale).



4.

Ti fidi della sfida?

«Un problema contiene sempre la chiave per la sua soluzione.

Ti spinge a fare un passo avanti»

(Paulo Coelho)

Essere un paziente di medicina estetica oggi comporta la possibilità di intraprendere un percorso ricco di opportunità, ma anche di insidie e sfide. Ecco, quindi, alcune criticità e soluzioni che, grazie ai consigli degli esperti, potranno guidare alla scelta giusta.



Sfida 1: garantire l'accesso a informazioni affidabili e chiare

Perché è importante? Oggi è facile imbattersi in informazioni fuorvianti online: contenuti promozionali mascherati da opinioni, immagini ritoccate e consigli offerti da influencer senza competenze specifiche. Questo crea confusione e rende difficile distinguere tra dati scientificamente validi e puro marketing. Siamo sicuri di sapere come riconoscere informazioni affidabili nella giungla dei contenuti?



Sfida 2: scegliere professionisti qualificati

Cosa c'è in gioco? Con l'aumento della popolarità della medicina estetica, si è assistito a un proliferare di operatori senza formazione adeguata. Questo mette a rischio non solo i risultati dei trattamenti, ma anche la salute e la sicurezza delle pazienti. Sai come verificare le qualifiche del professionista a cui ti affidi?



Sfida 3: affrontare le aspettative irrealistiche

Qual è il problema? I social media e i media digitali promuovono un ideale di bellezza irraggiungibile, alimentando aspettative illusorie o che possono portare a scelte poco sane. L'ideale di bellezza perseguito, rispetta la propria autenticità e benessere, oppure riflette un'immagine impossibile da raggiungere?



Sfida 4: rischi di trattamenti a basso costo e senza garanzie

Perché prestare attenzione? Le offerte a prezzi stracciati possono sembrare allettanti, ma spesso nascondono insidie: materiali di bassa qualità o interventi effettuati da personale non qualificato. Vale davvero la pena mettere a rischio la propria sicurezza per risparmiare qualcosa?



Sfida 5: consenso informato e libertà di scelta

Cosa devi sapere? Il consenso informato è molto più di un modulo da firmare: va letto attentamente e condiviso con il medico, perché non si è (né si sarà mai) un paziente qualsiasi. È un processo che permette di capire ciò a cui si va incontro, non è una semplice firma ma

un processo. Ci siamo presi il tempo necessario per comprendere i dettagli e preservare il diritto a dire di “no”?



Sfida 6: utilizzo di prodotti e device sicuri

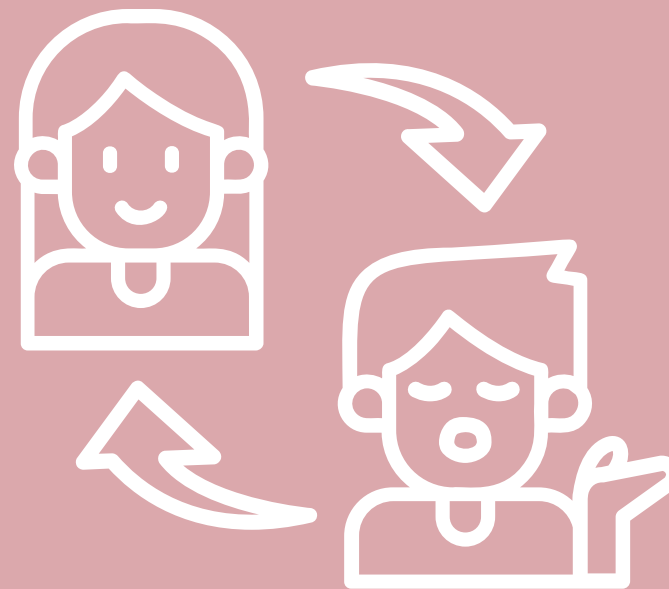
Qual è il rischio? Non tutte le cliniche utilizzano prodotti certificati o dispositivi sicuri. Esistono casi di materiali contraffatti o non regolamentati, con conseguenze potenzialmente gravi. Siamo sicuri che ciò che viene utilizzato sia davvero sicuro e approvato?



Sfida 7: supporto psicologico e motivazioni interiori

Perché è fondamentale? Alcuni pazienti si avvicinano alla medicina estetica per affrontare insicurezze o pressioni sociali, rischiando di sviluppare una dipendenza dai trattamenti. È importante chiedersi: stiamo facendo questa scelta per noi stessi o per soddisfare le aspettative degli altri? Il benessere è la priorità. La propria salute e serenità valgono più di qualsiasi ideale di perfezione.

**Il tuo benessere è la priorità.
La tua salute e la tua serenità valgono
più di qualsiasi ideale di perfezione.**



5.

**In due è meglio:
il valore della
condivisione**

«La condivisione è la chiave per
trasformare un'idea in realtà»

(Seth Godin)

Il percorso di cura è un viaggio che richiede collaborazione. Il paziente, con il suo impegno e la sua consapevolezza, può diventare il primo alleato della propria guarigione, mentre il medico,

1. Riconosci il valore della tua unicità.

Riconosci un tratto di te che magari oggi non apprezzi come vorresti, come il naso o una cicatrice. Ricorda come quel tratto faccia parte della tua storia e di chi sei diventata nel tempo.

Cosa puoi fare tu

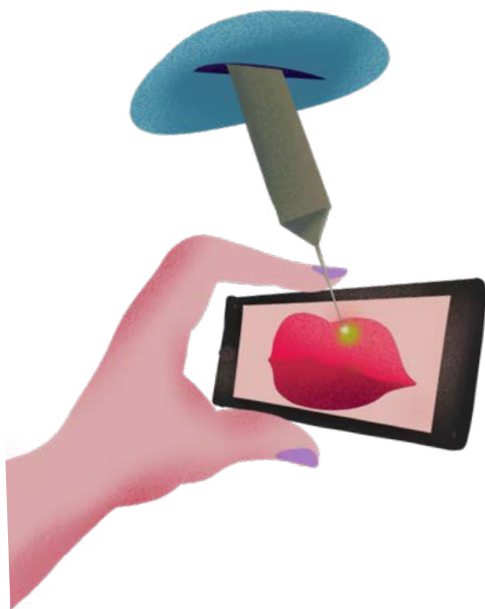
- **Focalizzati sui tuoi punti di forza.** Pensa a un tratto fisico che ti rende riconoscibile, come un sorriso particolare o una fossetta. Impara ad apprezzare questi dettagli, perché sono ciò che ti rendono unica.
- **Crea un “album dell’unicità”.** Scatta foto in cui esprimi le tue emozioni più autentiche e personali. Questo album può diventare un promemoria visivo del fatto che la tua bellezza non è data dalla perfezione, ma dalla tua individualità e dalle tue esperienze.

Cosa può fare il medico estetico

- **Valorizzare le caratteristiche personali.** Invece di proporre trattamenti

con competenza e ascolto, offre guida, supporto e strumenti per affrontare le sfide. Insieme, condividendo responsabilità e fiducia, si costruisce una strada più sicura ed efficace verso il benessere.

per uniformare l’aspetto a uno standard di bellezza, un medico estetico con un approccio sociale promuove soluzioni che esaltino le caratteristiche naturali e uniche del paziente. Per esempio, in caso di cicatrici o segni lasciati da malattie o incidenti, il medico può suggerire interventi mirati a rendere armoniosi questi dettagli, aiutando il paziente ad apprezzare la propria storia personale.



2. Limita il tempo sui social media e scegli le influencer con cura.

Riconosci il problema. I social media possono influenzare negativamente la percezione di sé, creando ideali irrealistici di bellezza e benessere. Seguire influencer non competenti o profili che promuovono messaggi tossici può generare insicurezze e aspettative irraggiungibili.

Cosa puoi fare tu

- **Sii consapevole.** Ricorda che molte immagini sui social sono ritoccate o filtrate e non rappresentano la realtà.
- **Seleziona profili positivi e autentici.** Segui influencer che mostrano anche i loro lati meno perfetti e che promuovono valori come autenticità, inclusione e amore per sé stessi. Questo ti aiuterà a sentirti parte di una comunità sana e supportiva.
- **Rivedi periodicamente i profili seguiti.** Fai pulizia dei profili che ti fanno sentire inadeguata e scegli quelli

che ti ispirano a essere la versione migliore di te.

Cosa può fare il medico estetico

- **Promuovere consapevolezza.** Può spiegare come le immagini sui social media siano spesso modificate e irrealistiche, aiutando il paziente a distinguere tra aspettative fantasiose e risultati raggiungibili.
- **Incoraggiare modelli di bellezza autentici.** Durante le consulenze, il medico può proporre trattamenti che rispettano la naturalezza e invitare il paziente a ispirarsi a modelli che celebrano l’autenticità anziché l’omologazione estetica.

3. Non lasciarti condizionare da amici e parenti.

La pressione sociale può influenzare le tue scelte personali, portandoti a prendere decisioni non realmente tue. Opinioni di amici o parenti benintenzionati, ma invadenti, possono farti dubitare di ciò che desideri davvero.

Cosa puoi fare tu

- **Imposta confini chiari.** Comunica con calma e rispetto che le tue scelte estetiche e di benessere sono personali. Ad esempio, potresti dire: “Apprezzo il tuo consiglio, ma sto seguendo ciò che sento essere meglio per me.”
- **Ascolta te stessa.** Rifletti sui tuoi desideri e sulle tue motivazioni, evitando di lasciarti influenzare da pressioni esterne.

Cosa può fare il medico estetico

- **Focalizzarsi sui bisogni personali.** Un medico attento aiuta il paziente a esplorare le proprie motivazioni, distinguendo tra scelte personali e pressioni sociali. Questo dialogo rafforza la fiducia del paziente nelle proprie decisioni, indipendentemente dalle opinioni altrui.

4. Scegli obiettivi di benessere, non di perfezione.

L'inseguimento della perfezione può portare a insoddisfazione e autocritica. Spesso, il giudizio interiore è il peggior nemico del benessere.

Cosa puoi fare tu

- **Pratica la gentilezza verso te stessa.** Ogni giorno dedica qualche minuto a notare un aspetto di te che apprezzi o che hai migliorato nel tempo, spostando il focus dal giudizio alla cura di te stessa.
- **Riformula i pensieri negativi.** Trasforma critiche dure in messaggi costruttivi e gentili. Ad esempio, sostituisci “Non mi piaccio” con “Sto imparando a valorizzarmi e a prendermi cura di me.”
- **Stabilisci obiettivi di salute.** Concentrati su attività che migliorano il tuo benessere, come esercizio fisico o un'alimentazione equilibrata, per rafforzare la tua autostima.

Cosa può fare il medico estetico

- **Proporre obiettivi realistici.** Un medico con una visione sociale suggerisce trattamenti che rispettano l'armonia naturale del paziente, puntando a miglioramenti graduali e raggiungibili.
- **Supportare il paziente contro il giudice interiore.** Parlando apertamente delle proprie insicurezze con il medico, il paziente può ridimensionare l'autocritica e percepire la medicina estetica come uno strumento di benessere, non di trasformazione totale.



5. Fai della tua autenticità un punto di forza.

La tua unicità è ciò che ti rende speciale. Accettare e valorizzare le tue caratteristiche uniche ti permette di sentirti più sicura e in armonia con te stessa.

Cosa puoi fare tu

- **Trova uno stile che ti rappresenti.** Sperimenta con il tuo aspetto in modo che rispecchi la tua personalità. Tagli di capelli, colori, accessori o dettagli possono aiutarti a esprimere chi sei.
- **Costruisci fiducia interiore.** Ricorda che ciò che ti rende unica è anche ciò che ti rende interessante e memorabile. Più ti sentirai a tuo agio con te stessa, più gli altri percepiranno la tua autenticità.

Cosa può fare il medico estetico

- **Offrire trattamenti che rispettano l'unicità.** Il medico può proporre interventi che valorizzano la bellezza naturale, come migliorare la salute della pelle, armonizzare proporzioni o preservare caratteristiche distintive.
- **Sostenere un approccio restitutivo.** La medicina estetica può essere un mezzo per aiutare il paziente a sentirsi meglio con se stesso, senza stravolgerne l'identità. In questo modo, il trattamento diventa un percorso di benessere globale, rispettoso della storia personale e dell'individualità del paziente.

Consenso informato: trasparenza e sicurezza

Il consenso informato scritto è un elemento essenziale nella medicina estetica, per proteggere sia il medico che il paziente. Rappresenta una garanzia legale ed etica che dimostra come il paziente abbia ricevuto tutte le informazioni necessarie riguardo al trattamento, compresi rischi, benefici e possibili complicazioni, decidendo consapevolmente di procedere. Non è una formalità, ma un processo che richiede una comunicazione chiara e dedicata. Deve essere personalizzato per ogni singolo trattamento o ciclo di sedute pianificato, specificando dispositivi utilizzati, tecniche e aspettative realistiche. È una prova determinante in caso di contenziosi e per l'assicurazione, garantendo trasparenza e fiducia reciproca tra medico e paziente.

Il consenso informato è un iter medico-paziente che non può essere esclusivamente limitato alla presa visione e firma di un modulo firmato. Il medico ha l'obbligo legale e deontologico di fornire tutte le informazioni al paziente e di acquisire un consenso, che essendo informato e consapevole, può essere considerato valido.

Cosa chiedere al medico? Il consenso informato è una tutela: un diritto per assicurarsi un trattamento estetico sicuro e consapevole. Non firmare di fretta! Chiedi al medico di spiegare attentamente e con chiarezza:

- Come funziona il trattamento e cosa aspettarsi.
- Quali sono i rischi e le complicazioni possibili, anche se rari.
- Quali alternative si hanno a disposizione perché quanto proposto è la scelta migliore per noi.

È necessario assicurarsi che il documento sia personalizzato e che includa i dettagli del trattamento, come i prodotti usati e i risultati previsti. Ricorda: un medico trasparente è un medico affidabile. Prendersi il tempo per leggere e capire ogni parola prima di firmare è sicuramente una scelta vincente.

Tracciabilità: una tutela per medico e paziente

La tracciabilità dei medical device iniettivi è cruciale nella medicina estetica. Registrare dettagli come numero di lotto, produttore e data di utilizzo è fondamentale per garantire sicurezza e trasparenza. Questa pratica tutela il medico, permettendo di identificare rapidamente eventuali problemi legati a uno specifico prodotto o lotto, e il paziente, che ha diritto a conoscere i dispositivi impiegati nei suoi trattamenti. Inoltre, la tracciabilità è indispensabile per le attività di dispositivo vigilanza, obbligatorie per segnalare alle autorità eventuali complicanze legati ai device. Questo sistema non solo migliora la sicurezza dei trattamenti, ma contribuisce anche all'evoluzione e alla qualità dei dispositivi medici.

Tracciabilità dei prodotti: perché è importante?

Cosa viene iniettato nel corpo? Chiedere al medico di registrare i dettagli dei prodotti usati è un nostro diritto:

- Nome del dispositivo o prodotto iniettivo.
- Numero di lotto e produttore.
- Data di utilizzo.

Queste informazioni sono fondamentali per la tua sicurezza: in caso di reazioni avverse o problemi, permettono di risalire subito al prodotto specifico. Inoltre, si può richiedere una copia della documentazione come archivio personale. Non è solo una questione di trasparenza, ma anche un modo per proteggersi e avere pieno controllo sui trattamenti effettuati.

Perché è solo con un impegno collettivo che possiamo trasformare la medicina estetica in un settore che non solo **valorizza l'estetica ma promuove anche un benessere sociale, duraturo e sostenibile.**

Testi a cura di

Raimonda Boriani
Referente Ufficio Stampa e Media Relations
Agorà, Società di Medicina ad Indirizzo Estetico

Claudio Mencacci

Presidente Comitato Tecnico Scientifico
Fondazione Onda ETS

Con la revisione di

Chiara De Stefani
Responsabile Comunicazione
Fondazione Onda ETS

Nicoletta Orthmann

Direttrice medico-scientifico
Fondazione Onda ETS

**Si ringraziano il Presidente Maurizio Cavallini e i membri
del Comitato Esecutivo di Agorà**

Progetto grafico e illustrazioni

Matteo Scarduelli - f205design.it





FONDAZIONE
onda
ETS



www.fondazioneonda.it

CON IL CONTRIBUTO INCONDIZIONATO DI

